

## Nova knjiga: Iz torbe lijeènika - savjeti koji život znaèe

Autor Administrator

U utorak, 29. 4. 2014. u 19 h, u Velikoj dvorani Matice Hrvatske, Strossmayerov trg 4 u Zagrebu, održano je predstavljanje upravo iz tiska izdanje knjige Iz torbe lijeènika - savjeti koji život znaèe, autora dr. Ante Ljubièiæa.

Knjigu su predstavili mr. sc. Niko Vidoviæ i recenzenti prof. dr. sc. Mate Suèiæ i prim dr. sc. Miro Šeremet te sam autor. Uz njihove zanimljive prikaze sadržaja knjige, publika koja je ispunila dvoranu do posljednjeg mjesta, imala je priliku poslušati i lijep glazbeni program kojega je izveo duo iz veæ dobro poznatog ansambla Glazbene staze (Eda Rimaniæ, flauta i Iva Ljubièiæ, klavir).

Svi su akteri u svojim nastupima bili na razini oèekivanja, pa bi prema reakcijama publike koja nije skrivala svoje pohvale i odobravanja, cijela veæ mogla biti zapamæena kako po korisnim informacijama o tome kako brinuti o svome zdravlju, tako i po lijepim dojmovima na glazbeni program i uprilièeno druženje. A to su svi poželjeli ponijeti svoj primjerak knjige kuæi, moglo bi biti dobar znak da bi i dalji put knjige prema svojim èitateljima mogao biti sretan.

Kako nabaviti knjigu?

Za sada, knjigu možete kupiti uplatom na žiro raèun izdavaèa. Podaci za uplatu:

Primatelj: Udruga Moj svijet, Zelinska 7, 10 000 Zagreb

IBAN:  
HR8224020061100507105

Svrha: ZA KNJIGU

- navesti svoje ime i prezime

Potvrdu o uplati

i podatke za adresu dostave pošaljite na e-mail: bitnoodijabetesu@gmail.com

Dostava knjige poštom, tarina pouzećem.

Cijena: 120 kn (do 1. lipnja 2014., promotivna),  
nakon toga datuma: 150 kn.

(30. 6. 2018. KNJIGA JE RASPRODANA! )

Što  
je u knjizi ?

sažete i konkretne upute o liječenju čestih bolesti,  
pretilosti, povišenih masnoća, gihta, visokog tlaka i niza drugih sl.  
stanja,

prikaz najčešćih hitnih stanja iz područja interne  
medicine (bol u prsima, gušter, palpitacije, povraćanje krvi,  
iskašljavanje krvi, krv u mokraći, u stolici, nesvjestica, vrtoglavica,  
infekcija i dr.) i kako se u njima snaći,

izabrana poglavlja iz interne medicine i  
endokrinologije (bolesti štitnjače, osteoporoze i dr.), kao i niz drugih  
poput alternativne medicine, problem pušenja i sl.

Format: 17 x 24 cm, 320 stranica

Tko  
je autor?

Dr. Ante Ljubić, rođen 1947. u Prisoju na Buzekom  
jezeru u općini Tomislavgrad.

Medicinski fakultet, specijalizaciju iz interne  
medicine, postdiplomski studij i magisterij iz dijabetologije,  
subsposrednički ispit iz endokrinologije i dijabetologije – završio je  
u Zagrebu.

Nakon početnog razdoblja pri prvim linijama  
"medicinske fronte" u svome starom kraju te prošlogodišnjeg rada u  
Sveučilišnoj klinici za dijabetes "Vuk Vrhovac" u Zagrebu, a  
potom u Poliklinici Sunce, stječe pravo na lagodan život i ljenarenje,  
što za sada ne koristi, nego

te i dijeli savjete Iz torbe liječnika...i nadalje stoji na usluzi svojim  
pacijentima u Poliklinici Simbex Zagreb, Koranska 16

Iz  
recenzije -prof. dr. sc. Mate Sušić

(...) Po svome sadržaju ova knjiga  
predstavlja jedinstven, pravi priručnik namijenjen ponajprije osobama  
opterećenima nekom od naprijed navedenih kroničnih nezaraznih bolesti, ali i  
svima onima koji žele učiniti nešto za svoje zdravlje. Uz izvrsne  
edukacijske tekstove utemeljene na dugogodišnjem iskustvu u radu s bolesnicima,  
kao i na korištenju relevantne stručne literature, autor dodiruje cijeli niz tema,  
od preventive i najčešćih hitnih stanja, pa preko izabranih internističkih i  
endokrinoloških poglavlja, ne libeži se zaviriti u zone alternative i  
psihosomatike, kao ni u propitivanje sve većepojave lukrativnog pristupa u  
struci i urušavanja etičkih načela s posljedičnim gubitkom povjerenja u nju.  
Knjiga je pisana razumljivo i jasno, stilom primjerenim širokoj čitalačkoj  
publici, zanimljiva je i lako se čita, pa bi mogla zadržati aktualnost i kroz  
duže vrijeme (...)

Iz  
recenzije - prim. dr. sc. Miroslav Čeremet

...Knjiga o kojoj je ovdje riječ, po svome sadržaju, volumenu i načinu obrade navedenih patoloških stanja, predstavlja jedinstveno, izvorno djelo, namijenjeno u prvom redu bolesnicima s nekom od kroničnih bolesti kao što su dijabetes, pretilost, hipertenzija, hiperlipidemije i sl., ali i širokom čitateljskom krugu u svrhu zdravstvenog prosvjetavanja. Uz seriozan pristup obradi tema, knjiga je pisana razumljivo i jasno, stilom primjerenim širokoj čitalačkoj publici i po svemu, s obzirom na postavljene ciljeve i populaciju kojoj se obrađuje, ne može joj se osporiti opravdanost i prikladnost, tim više što takve vrste edukativnog materijala u praksi nikada nema u dovoljnoj mjeri...

Što sam autor kaže o knjizi?

...Knjiga ...je namijenjena je svima koji žele učiniti nešto za svoje zdravlje i kojima je potrebna potpunija informacija o tome. Kako je i u naslovu naznačeno, sadržaj je usmjeren ponajprije na čestnu bolest odraslih i njezino liječenje, kao i na najčešće popratne bolesti, uglavnom iz područja interne medicine koje nerijetko dolaze zajedno - hipertenziju, kardiovaskularne bolesti, pretilost, visoke masnoće i dr. te na iznenađujuće najsadržajnije informacije i odgovora na pitanja koja se najčešće pojavljuju u ordinaciji. Vjerujem da na taj način može biti korisna svima, jer daje jednostavne i konkretne odgovore na širok spektar pitanja, a osobito onima koji već imaju postavljenu dijagnozu. A umjesto bilo kakvih drugih referenci neka to bude preko 40 godina prakse na svim razinama, od najniže do najviših, na tisuće dežurstava, tko zna koliko intervencija, na sreću i uz Božju pomoć, bez ikakvih detalja koji bi remetili miran san.

Iz torbe liječnika -savjeti koji život  
znače: Sadržaj

Predgovor

Rana dijagnoza  
ključ uspjeha

Bolje sprijeèiti  
nego lijeèiti

Preventivni  
sistematski pregled

Laboratorijske  
pretrage

Ostale pretrage

Kako se  
pripremiti za sistematski?

Tumorski markeri  
i njihovo znaèenje

Helicobacter  
pylori

Neke dvojbe o  
dijagnostici i farmakoterapiji

O &scaron;eæernoj bolesti u odraslih

Osnovno o &scaron;eæernoj  
bolesti

Dijabetièke  
komplikacije

Hipoglikemija

Hiperglikemija

Kroniène  
komplikacije

Dijabetièka  
retinopatija

Dijabetièka  
neuropatija

Dijabetička  
nefropatija

Dijabetičko  
stopalo

Liječenje i druge  
bolesti

Dijabetička dijeta  
općenito

Farmakoterapija  
i druge bolesti

O dijabetičkoj  
dijeti konkretno

Popis namirnica  
po skupinama

Kako sastaviti  
dnevni plan prehrane

Dijabetička  
dijeta: tablice od 1000 do 2700 kcal

Umjetna sladila

Orijentacijska  
dijeta za tip 2 dijabetesa

Najčešće metaboličke bolesti

Pretilost i  
metabolički sindrom

Što je pretilost

Osnovno o  
prehrani

Liječenje

Dijeta za  
mršavljenje

Povišene masnoće  
u krvi - hiperlipidemije

Općenito o masnoćama  
u krvi

Liječenje  
hiperlipidemija

Dijeta za  
hiperlipidemiju

Kako uskladiti  
dijetu

Jedinstvena  
dijeta - je li moguća?

Osnovni principi  
zdrave prehrane

Kad želudac boli

Kod žučnih tegoba

Kod nevolja s  
gihtom

Kad želimo  
smršaviti

Kad se želimo  
"udebljati";

Kad je krvni tlak  
visok

Kada je krvni  
tlak nizak

Kod srčanih  
smetnji

Kod bolesti  
bubrega

Kod proljeva

Kad je stolica  
lijena

Kod bolesti jetre

Lagana prehrana

Kako s gihtom?

Dijeta za giht i  
povišene urate

Kad žuč ne miruje

Žučna dijeta

Bubrežni kamenci

Izabrane teme iz interne medicine

Arterijska hipertenzija  
- visoki krvni tlak

Osnovno o  
hipertenziji

Esencijalna  
hipertenzija

Sekundarna  
hipertenzija

Dijagnoza

Farmakoterapija

Suradnja &ndash; ključ  
uspjeha

Hipertenzivne  
krize i hipertenzivna hitna stanja

Hipotenzija ? ili  
kad je krvni tlak nizak



Primarna  
hipotenzija

Sekundarna

Ortostatska

Dijagnoza

Liječenje  
hipotenzije

Ateroskleroza

Doživjeti stotu

Kako sa starijima

Najčešća hitna stanja u internističkoj praksi

Bol u prsima

Palpitacije

Otežano disanje -  
dispneja

Iskašljavanje  
krvi - hemoptizija

Kad trbuh zaboli

Povraćanje krvi -  
hematemeza

Krvava stolica  
(hematokezija)

Crna stolica  
(melena)

Nesvjestica &ndash;  
sinkopa

Vrtoglavica

Vruæica

Tegobe koje ne  
smijemo ignorirati

Upala gornjih  
dišnih puteva

Upala mokraænih  
putova

Prevenција uroinfekcija

O intoleranciji  
hrane

Intolerancija  
laktoze

Intolerancija  
histamina

Intolerancija  
alkohola

Intolerancija  
glutena i celijakija

Sindrom  
iritabilnog kolona

O imunologiji i  
alergologiji

Kratki osvrt o  
genetici

Vitamini i  
minerali - dodavati ili ne

Ponešto iz endokrinologije

Hipofiza

Adenomi hipofize

Prolaktinom

Gigantizam i  
akromegalija

Cushingova bolest

Štitnjača - mali  
organ veliki problemi

Gušava

Subakutni  
tireoiditis

Kronični  
limfocitni (Hashimotov) tireoiditis

Hipotireoza -  
smanjena funkcija štitnjače

Hipertireoza  
hiperfunkcija štitnjače

Liječenje  
hipertireoze

Običan ili  
maligni tumor

Nadbubrežne  
žlijezde

Cushingov sindrom

Connov sindrom

Feokromocitom

Spolne žlijezde -  
gonade

Sindrom  
policističnih ovarija

Pojačana dlakavost

&ndash; hirzutizam

Ginekomastija &ndash;  
kad mu&scaron;karcu rastu dojke

Kad mu&scaron;kost ne  
&scaron;tima &ndash; mu&scaron;ki hipogonadizam

Eretilna  
disfunkcija

Osteoporoza &ndash; ili  
kad kosti postanu krhke

Kako nastaje

Prevenција i  
lijeèenje

Vitamin D &ndash; èudesni  
lijek

Neke rubne teme

Alternativna  
medicina &ndash; neshvacene mogućnosti

ili obmana

Iz narodne  
medicine

Kako prestati  
pu&scaron;iti

Bol &ndash; smisao,  
znaèenje

Psihosomatika

Moj doktor

Crtice iz lijeènicke  
torbe

Literatura

